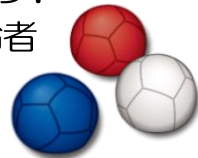




# ボッチャ部 部員募集

簡単なルールと無理のない運動量で、健康寿命を引き延ばそう！  
今のところ、部員同士で楽しんでいますが、いずれは、高齢者施設や障害のある方とも楽しみたいと思っています。



♪ フレイル予防の一環として一緒に楽しく始めませんか ♪

〔フレイルとは、介護が必要となる前段階の状態（虚弱）を指し、身体的な衰えや社会性の低下を引き起こします。〕

対象

概ね60歳以上、ボッチャを通して、自身の健康維持と地域との交流を楽しみたい考えをお持ちの方

なお、任意のボランティア活動保険の加入をおすすめします。

※ 基本プラン350円、天災・地震補償プラン500円、特定感染症重点プラン550円  
補償期間 R4. 4月1日～R5. 3月31日

会費

無料

持参物

室内用運動靴、  
水分補給用の飲み物

見学及び体験の事前申し込み不要。  
気軽にお越しください。

練習及び大会への参加は、  
ご自身のペースで。

**練習日** ▶ 今年度の練習日は下記一覧のとおりです。原則1日か11日で開催しています。

	開催日	時間	会場
令和4年	4月11日(月)	9:00～ 11:50	香川県社会福祉総合センター 3階健康プレイルーム
	5月11日(水)		
	6月1日(水)		
	7月11日(月)		
	8月1日(月)		
	9月1日(木)		
	10月11日(火)		
	11月11日(金)		
令和5年	12月1日(木)	※ 清掃のため、10分前に 片付けのうえ、退出して ください。  コート <del>の線</del> として使用 のガムテープは、ゴミ箱 には入れず、ゴミ箱横に 置いてください。	
	1月11日(水)		
	2月1日(水)		
	3月1日(水)		

自分の生活リズムに  
あわせて、  
無理なく参加して楽しむを  
モットーに  
仲間と楽しんでいきます。

活動内容 ▶ 練習及び地域交流、大会等への参加

お問い合わせ先

〒760-0017 高松市番町1丁目10番35号 香川県社会福祉総合センター5階  
香川県社会福祉協議会 地域福祉課 担当：平池、南条  
TEL 087-861-0546 / FAX 087-861-2664  
E-mail chiiki3@kagawaken-shakyo.or.jp